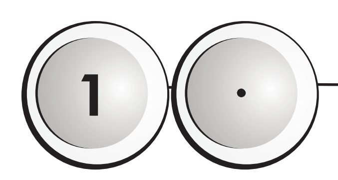
Niñez y Juventud
Constructores del Futuro



Las Adicciones

JUNTAS Y JUNTOS CONTRA LAS ADICCIONES



Las adicciones

El uso constante de una droga[1] puede provocar muchos problemas sociales y económicos a la persona que la consume, a su familia y comunidad.

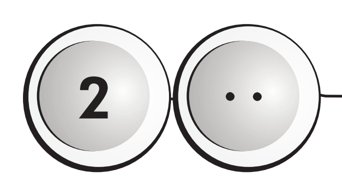
Cuando el consumo empieza a causarle daño y la persona no puede dejar de consumirla entonces estamos hablando de adicción.

Para que la persona deje la adicción a una droga debe pasar por un largo proceso llamado tratamiento, en el cual casi siempre deben apoyarlo su familia y comunidad.

En Guatemala, según la primera encuesta Nacional en Hogares sobre Salud, Consumo de Alcohol, Tabaco y Otras Sustancias Adictivas (2007), el alcohol y el tabaco son las dos principales drogas de consumo.

Si pensamos qué consecuencias trae para la persona adicta al consumo, por ejemplo del alcohol, tanto en su vida diaria como en la de quienes le rodean, entonces no dudaremos en estudiar a fondo la problemática de las drogas y las adicciones.





Conozcamos sobre las adicciones

Algunas definiciones

La palabra adicción deriva o viene del latín *addictío, ónis*, que significa hábito o dependencia física o psíquica de quien se deja dominar por algo, en muchos casos por el uso de drogas, por el gusto de ciertos juegos, etc.

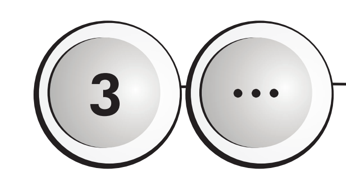
La adicción, especialmente a las drogas o los fármacos, ha sido estudiada por distintas disciplinas, entre ellas la medicina, la psiquiatría y la psicología, dado los impactos que tienen en las personas y en la sociedad.

El acuerdo al que han llegado quienes ejercen estas disciplinas "es que se trata de un estado psicofísico de dependencia causado por el consumo de alguna droga". Este consumo de forma continua modifica el comportamiento y provoca diversas reacciones, casi siempre causa la necesidad de consumir una droga de forma repetida.

Se dice que la adicción es una enfermedad porque termina por afectar a la persona que consume una o varias drogas, llamado también adicto, en su estado físico, psicológico y social, todo ello por la pérdida de la capacidad de auto-dominio, (dominarse a si mismo), ante el uso de determinadas drogas.

1. Droga es un término o palabra que viene de la ciencia médica y se utiliza para referirse a los medicamentos o fármacos, sin embargo se ha generalizado y se usa también para indicar o referirse a las substancias legales o ilegales que pueden producir adicción.







Antes de continuar definamos ¿qué son las drogas?

La droga según el diccionario de la lengua española significa "sustancia mineral, vegetal o animal, que se emplea en la medicina, en la industria o en las bellas artes. Sustancia o preparado medicamentoso de efecto estimulante, deprimente, narcótico o alucinógeno."

Dicho de otra manera, la droga o las drogas son sustancias de origen natural casi siempre, aunque puede darse el caso en que existan combinaciones entre extractos de sustancias naturales y químicas, que se emplean para fabricar medicinas y con ellas ayudar a los enfermos, en la industria para mejorar los productos, o en las artes para pintar o dibujar, por ejemplo.

En la medicina los medicamentos o fármacos, como ya decíamos, son utilizados por los médicos o psiquiatras para curar o bien retardar los efectos de alguna enfermedad.

Ahora bien, también son drogas el aguardiente o el tabaco, ambas contienen sustancias (alcohol, nicotina) que causan efectos diversos en las personas.

Estas dos drogas no tienen fines curativos sino de relajación, celebración, etc.

En todos estos casos (como en el de los fármacos, el alcohol y tabaco), las drogas de manera general actúan o intervienen en el organismo alterándolo y además causando distintos estados de ánimo, por ejemplo de tristeza, de alegría desmedida o bien alucinógeno, o sea que la droga estimula el cerebro para que éste vea cosas que en la realidad no existen o no se pueden percibir en estado normal. Las drogas han sido clasificadas de varias maneras: a) Según sus efectos en el organismo, específicamente el Sistema Nervioso Central SNC; b) Drogas duras y drogas blandas; y c) Drogas legales e ilegales.

a) Según sus efectos en el SNC, las drogas pueden ser:

1. Depresoras, o sea que provocan efectos de relajación, sueño, sedación, contra el dolor, vuelve el funcionamiento del cerebro más lento.
2. Estimulantes, o sea activan de manera generalizada e intensa el funcionamiento del SNC y por consecuencia el del cuerpo.
3. Alucinógenas, drogas que alteran la percepción y que producen imágenes sin que exista un estímulo del exterior.

b) Las drogas duras y blandas se diferencian por el daño que causan al organismo del ser humano.

Una droga dura puede causar adicción física y psicológica, mientras una droga blanda solo una de las dos. En base a esta clasificación las drogas que mayor impacto tiene para la sociedad son el alcohol (ron, aguardiente, cerveza, etc.) y la nicotina, esta última encontrada en el tabaco o cigarrillo.

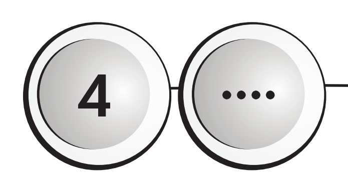
c) Ahora bien, qué drogas son legales y cuáles ilegales. Dependerá de las leyes de cada país. En muchos casos hay países donde muchas drogas blandas están prohibidas y donde drogas duras se pueden obtener porque son legales o hay un enorme mercado "negro" para conseguirlas.

También es contradictorio que las drogas que mayor impacto tienen en la salud y la sociedad, como el caso del alcoholo y la nicotina, sean legales y sean las que más se comercien.

Por otro lado, las drogas al ser de origen natural existen y han estado al alcance del ser humano desde hace mucho tiempo, antes que existiera la industria o la medicina como la conocemos hoy en día. Fueron utilizadas por las culturas antiguas para curar, pintar, para fines religiosos o celebraciones.



En la actualidad aún existen culturas o pueblos que siguen utilizando las drogas de esta manera. Podemos poner como ejemplo el caso de los indígenas en Perú y Bolivia que utilizan la hoja de coca para prevenir problemas digestivos o bucales; o el uso de la marihuana para el tratamiento del dolor en pacientes con diversas enfermedades en diferentes países del mundo; o el alcohol en su forma artesanal, o sea no comprado sino hecho en la comunidad, con fines curativos o de celebración, en este último caso bajo la supervisión de un anciano, líder o autoridad.



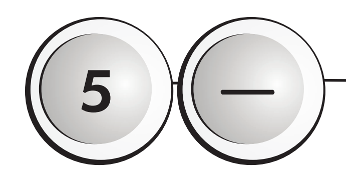
¿Desde dónde mirar para comprender las adicciones?

Las drogas son vistas comúnmente como dañinas. ¿Por qué se da esto? En primer lugar, porque no siempre las drogas, o cierto tipo de drogas, son usadas con fines médicos, religiosos o sociales. Hay casos de personas que hacen un uso desmedido de las drogas, sea porque padecen una enfermedad, un problema o por diversas circunstancias, el caso es que empiezan a consumir de manera constante y progresiva grandes cantidades de droga, lo cual a la larga les producirá una dependencia o adicción.

Las adicciones pueden verse de diferentes puntos de vista, por un lado hay quienes lo ven desde lo clínico, o sea desde la enfermedad y su tratamiento, que hace énfasis en observar la enfermedad a partir de sus síntomas y en seguida buscar un tratamiento para el adicto o paciente. Esta podría ser una manera muy superficial, o sea fijarnos solo en las causas y efectos individuales de la adicción.

También hay quienes piensan que la adicción es producto del ambiente que rodea al adicto. O sea, que hay cosas del ambiente que nos rodea que hacen que la persona termine por ser un adicto a cierta droga. Esta visión pasa por alto que cada ser humando es distinto, que el hecho de crecer en un ambiente donde existe el consumo de cierta droga no hace que uno se convierta en el futuro, en adicto a ella.

Ahora bien, proponemos una mirada más integral, que además de considerar las causas y efectos individuales y los aspectos externos que puedan influir, también pueda tomar en cuenta los aspectos históricos, culturales, sociales, económicos y políticos que influyen en las adicciones o/y que rodean a la adicta/o.



Otras cosas a tomar en cuenta para analizar las drogas y las adicciones

¿Por qué las drogas que en un primer momento fueron utilizadas por el ser humano para fines curativos, religiosos, celebraciones, etc., se convirtieron después en drogas o sustancias adictivas?

Según nuestra forma de ver el asunto esto responde a varias cuestiones:

El ser humano desde hace miles de años atrás encontró en la naturaleza (en forma de plantas, de frutos, de hojas, etc.) sustancias que le servían para diferentes usos.

Con el desarrollo de la medicina, o ciencia médica, se empezó a investigar como esas sustancias de la naturaleza provocaban en el ser humano una alteración en su estado de ánimo, en su forma de pensar, actuar y sentir.

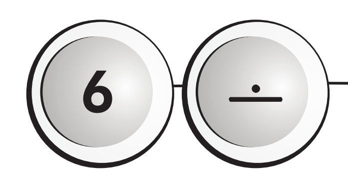
Por esos años también empezó a darse en ciertos países, que hoy llamamos ricos, un fenómeno llamado industrialización. La industrialización quería crear empresas que pudieran producir cualquier tipo de producto de forma masificada, o sea crear miles de productos del mismo tipo y que se vendieran en cualquier parte del mundo y generan riqueza para los dueños de las empresas.



Esto hizo que muchas cosas se produjeran por medio de la industria, entre ellas las medicinas, el alcohol y el cigarro. La idea de esos años, y en la actualidad, es producir, vender y comprar. A esto se le conoce como el mercado.

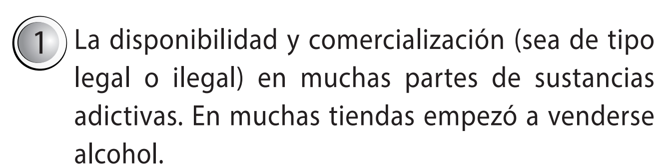
Una de las cosas más importantes en el mercado es la publicidad, la cual consiste en una serie de actividades destinadas a crear necesidades de compra, en otras palabras, actividades como los anuncios que van creando en las personas la necesidad de comprar o consumir ciertos productos.



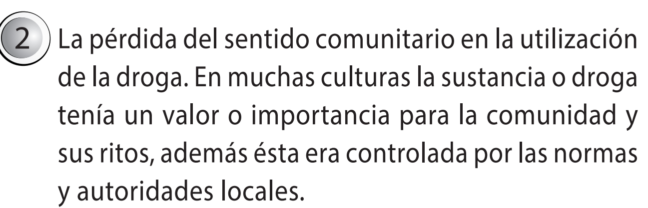


¿Qué tiene que ver el mercado y las adicciones a las drogas?

La industrialización provocó que las sociedades tuvieran muchos cambios, los cuales facilitaron:



1. La disponibilidad y comercialización (sea de tipo legal o ilegal) en muchas partes de sustancias adictivas. En muchas tiendas empezó a venderse alcohol.



2. La pérdida del sentido comunitario en la utilización de la droga. En muchas culturas la sustancia o droga tenía un valor o importancia para la comunidad y sus ritos, además ésta era controlada por las normas y autoridades locales.

La sociedad tuvo que frenar el uso abierto de cualquier droga con lo cual clasificó algunas como legales y a otras como ilegales.

Sin embargo, hay drogas que son permitidas y que generan un gran daño social, como es el caso del alcohol, esto debido a que los empresarios que producen el alcohol y sus productos derivados no les convienen que éste deje de consumirse.

Otra de las características de las drogas ha sido su utilización como forma de control social, como herramienta para mantener a los pueblos o personas bajo el dominio de cierto grupo con la finalidad de diezmar la capacidad de organización o protesta de los colectivos.[2]

En Guatemala, por poner un ejemplo, durante la colonia y durante la producción de café o azúcar el alcohol sirvió como forma de pago a los jornaleros o colonos, en muchos casos creando adictos que terminaban por sumirse en la total servidumbre.

En ese mismo sentido no hay que olvidar que las drogas que son catalogadas como ilegales también generan una gran cantidad de dinero, una de ellas y tal vez la más conocida por nosotros es la cocaína, una mezcla química entre la sustancia de la hoja de coca y otros químicos.

Alrededor de los productores, quienes transportan la droga y quienes la consumen hay muchas personas involucradas. De ahí que exista un gran interés, económico especialmente, porque sigan existiendo personas adictas a ella, como en el caso del alcohol.

2. Este es el caso de los colectivos negros en Estados Unidos que reivindicaban sus derechos civiles, los cuales fueron controlados por medio de introducir masivamente dentro de sus grupos, redes sociales y actividades grandes cantidades de drogas con la idea de que sus miembros se convirtieran en adictos.





En la actualidad el tráfico de droga que existe de Latinoamérica hacia Estados Unidos ha hecho que este último país implemente planes (como el Plan Colombia) para el combate al narcotráfico, y de paso realice una intervención militar que persigue el control de territorios donde existen intereses suyos.

En Guatemala desde 1998 existe el Plan Maya Jaguar, el cual tienen a soldados estadounidenses en Guatemala, precisamente en zonas donde las organizaciones defienden su territorio de la minería, por ejemplo.

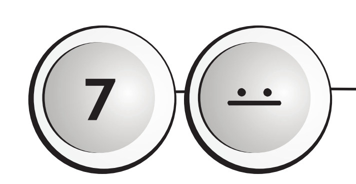
Como vemos, si bien es cierto la adicción es un problema individual sus impactos y relaciones son de tipo social. Por ello no podemos desligar su comprensión del contexto histórico, social, económico y político en el que ocurren. Esto por supuesto significa no olvidar en que contexto vive la persona que sufre la adicción.

La pobreza, producto de la exclusión histórica en Guatemala, es un contexto ideal para el surgimiento de personas adictas, no queremos decir que ser pobre sea ya suficiente para ser adicto, no. Sin embargo cuando hay falta de trabajo, violencia, falta de educación, etc., es fácil caer en el consumo de alguna droga, como el alcohol, para salir de las penas y olvidar.

De igual manera en contextos de pobreza y violencia las drogas vienen a ser como una forma de reafirmar valores o identidades, como es el caso de los grupos de maras que utilizan las drogas como una forma de distinguirse o de reafirmarse.

De igual manera el machismo facilita que los hombres, especialmente los jóvenes, se sientan atraídos por fumar o tomar alcohol como una forma de reafirmarse como hombres ante los amigos, los adultos, etc. Para ello el papel que juega la publicidad es importante, basta con mirar los carteles que invitan a consumir alcohol o cigarros, todos van dirigidos a hombres, utilizando a mujeres jóvenes, para atraer la atención de estos.





Una mirada clínica de cómo se generan las adicciones

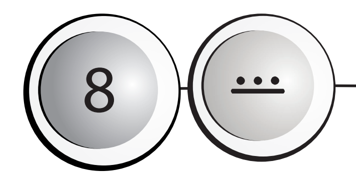
¿Cómo podemos saber quién es una adicta/o? Es una pregunta difícil de responder dado que eso dependerá del impacto de la droga sobre la salud de quien la consume, sobre los problemas que pueda generar en su vida (familia, comunidad, trabajo, etc.) y la capacidad de controlar su consumo.

A pesar de esto, las ciencias de la salud proponen una forma bastante general para entender el proceso por medio del cual una persona que consume alguna droga se convierte en adicto a ella. Este proceso se basa en la idea de que las adicciones o conductas adictivas se dan gracias a la dependencia (física y psíquica) de sustancias (drogas) que al ser tomadas reiteradamente por una persona generan dependencia, tolerancia y síndrome de abstinencia.



Dicho de otra manera, para llegar hacia la adicción de alguna droga existe un recorrido, un camino. De manera general podemos describirlo de la siguiente manera: consumo desmedido de alguna droga; la pérdida de control sobre su conducta, o sea un deseo incontenible por el consumo de cierta droga; tolerancia al uso de esa droga, o sea el efecto que la droga le produce cada vez es menor por lo cual requiere mayores cantidades para satisfacerse; por último, experimenta el llamado síndrome de abstinencia, el cual se manifiesta por un consumo de la droga como forma de aliviar el malestar producido por la privación de ésta.

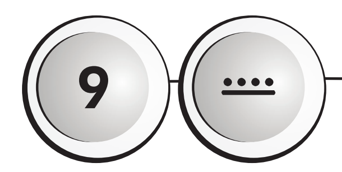




Proceso de adicción:

En cada una de las fases que llevan a la adicción pueden presentarse diversas situaciones, presentamos algunas a continuación:

- Placer al consumir la droga ya que le permite olvidarse de algún problema o tristeza.
- Le permite tener momentos de alegría y expresar lo que no puede en otro estado.
- Una necesidad de cantidades marcadamente crecientes de la sustancia para conseguir el efecto deseado.
- El efecto de las mismas cantidades de sustancia disminuye claramente con su consumo continuado.
- Malestar y estado de ánimo alterado cuando la conducta adictiva es impedida o la deja de hacer.
- Persistir en la conducta a pesar de la clara evidencia de que le está produciendo graves consecuencias al individuo.
- Existe un deseo persistente o esfuerzos infructuosos de controlar o interrumpir el consumo de la sustancia.
- Pérdida de interés por otras actividades gratificantes y la interferencia grave en la vida cotidiana, el trabajo, los estudios, la familia, la comunidad.
- Se hace uso de la misma droga o parecida para aliviar o evitar los síntomas de abstinencia.



Efectos más comunes de las adicciones

Los efectos de las adicciones son variados y dependerán del tipo de droga que se consuma.

A continuación presentamos una propuesta de algunos de los efectos que pueden considerarse comunes para muchas de las drogas:

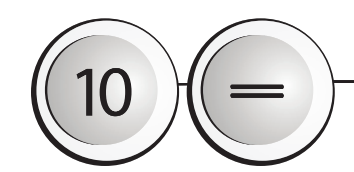


El impacto de las adicciones se da en tres niveles:

Individual: los efectos o daños en las personas que consumen la o las drogas. Pueden ser físicos, psicológicos, emocionales, etc.

Comunitario: Los efectos o daños que las adicciones causan a las relaciones sociales en la familia, comunidad, etc.

Social: los daños que causan las adicciones en la cultura (que se piense que consumir tal droga es parte de la forma de ser de un pueblo, un género, una edad, y en consecuencia se forme el prejuicio y/o se criminalice etc.) y en la estructura social (criminalidad, incapacidad de las instituciones de salud y seguridad para la atención de estos casos, redes de narcotráfico, corrupción).



El daño de las adicciones se puede clasificar de la siguiente manera:

 **En la salud:** consumir drogas de manera adictiva genera diversas enfermedades y problemas físicos y psicológicos.

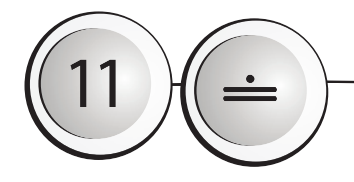
Por ejemplo: Hepatitis, Cirrosis, Trastornos cardiovasculares, Trastornos del apetito, Úlcera, Insomnio, Depresión, Estados de ánimo negativo e irritabilidad, actitudes defensivas, pérdida de autoestima e intensos sentimientos de culpa, etc.

 **En las relaciones sociales:** el adicto, dependiendo el nivel de dependencia, puede provocar distintos problemas con su pareja, familia, vecinos, amigas, amigos y comunidad en general que afecten las relaciones entre todos ellos.

Pueden darse discusiones, violencia contra la mujer o las y los hijos, desinterés sexual, la comunicación se interrumpe, hay pérdida de confianza, alejamiento, etc.

 **En lo económico:** cuando una persona tiene una adicción termina por no cumplir con su trabajo debido a que le dedica progresivamente mayor tiempo a conseguir y consumir una droga.

Hay menos rendimiento en su trabajo, lo deja o lo despiden. Al gastar el dinero en la compra de la o las drogas termina por no quedarle para los gastos propios o de la familia en cuanto a alimentación, salud, educación, vivienda, vestuario. En algunos casos cuando el adicto ya no cuenta con trabajo ni dinero para la compra de la droga, y dependiendo del nivel económico y de adicción, recurre a realizar actos ilegales (robos, estafas, otros) para conseguir dinero y obtenerla.



El tratamiento de las adicciones

El tratamiento en este caso es una serie de pasos, casi siempre dirigidos por un profesional de las ciencias de la salud, para lograr que la persona deje su adicción a una o varias drogas. Para iniciar un tratamiento es importante tomar en cuenta algunos aspectos:

 Entender las implicaciones sociales, económicas, políticas y culturales que tiene el uso de las drogas.

 El adicto/a es una persona, que está sufriendo una enfermedad, un sujeto que debe participar activamente en el tratamiento; que ejerza sus derechos y responsabilidades sobre su conducta.

 Todo tratamiento dependerá del tipo de droga que se consuma y del nivel de adicción de la persona.

 Luego de tomar en cuenta lo anterior es necesario conocer a la persona y su entorno familiar y social: una entrevista para evaluar los aspectos sociales, económicos y culturales de la persona, además su nivel de disposición para iniciar el tratamiento.



Llegar a acuerdos sobre el tratamiento: áreas de la vida de la persona que es urgente cambiar, pasos que se darán con el tratamiento.

Partiendo de lo indicado arriba, el tratamiento de manera general atraviesa por los siguientes pasos o elementos:



1. Inicialmente todo tratamiento busca la abstinencia,[3] o sea que la persona con alguna adicción deje de consumir la droga. Esto mediante la desintoxicación, dicho de otra manera, que la persona ya no consuma y limpie su organismo.



2. En seguida, el proceso más difícil, se busca la deshabituación psicológica, que significa que la persona resista sin consumir la droga por medio de ejercicios, cambio de hábitos y otras acciones más que el terapeuta indicará analizando la situación precisa del sujeto con la adicción.

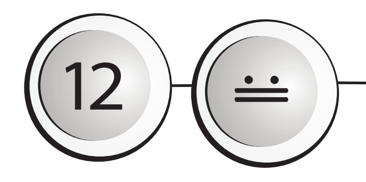


3. Algo muy importante a tomar en cuenta durante la deshabituación psicológica del uso de la droga son las recaídas, o sea la posibilidad de volver a consumir la droga. Esto es algo que está presente todo el tiempo cuando una persona intenta dejar de consumir, de ahí que deba ser contemplado para crear y acordar con la persona formas de prevenirlas, y si se dan, formas para volver a empezar el tratamiento.



4. Por último, es necesario para que funcioné el tratamiento lograr que la persona cambié su estilo de vida, o sea lo que cotidianamente hace, con quién lo hace y cómo lo hace. Especialmente aquellas cosas que tenían relación con el consumo de la droga.

En esto es importante el apoyo de la familia, de las amigas y amigos, de sus compañeros de trabajo, etc. Asímismo, es importante que la persona evalúe los impactos que el uso de la droga ha dejado en su vida (falta o no de trabajo, enfermedades, si cuenta o no con familia, etc.) y pueda plantearse nuevas metas acorde a su nuevo estilo de vida.



Acciones que se están realizando en Guatemala

Las acciones que se realizan actualmente para apoyar a personas con problemas de adicción se llevan a cabo desde lo privado, por medio de clínicas o centros de rehabilitación, o en lo público también realizando acciones de prevención, tratamiento y rehabilitación.

Este es el caso del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social MSPAS que a través de sus puestos y centros de salud, hospitales regionales y nacionales tratan de generar algunas acciones, sin embargo, por falta de recursos muchas veces no pueden atender lo casos que se presentan.

Por otro lado, existe a nivel nacional la Secretaría Ejecutiva de la Comisión Contra las Adicciones y el Tráfico Ilícito de Drogas (SECCATID), que depende de la Vicepresidencia de la República. SECCATID ha realizado investigaciones y asesorado las acciones de algunos ministerios.

Además creó en el año 2009 la Política Nacional Contra las Adicciones y el Tráfico Ilícito de Drogas.

La política tiene su sustento legal en alrededor de 15 instrumentos legales a nivel nacional, entre ellos:

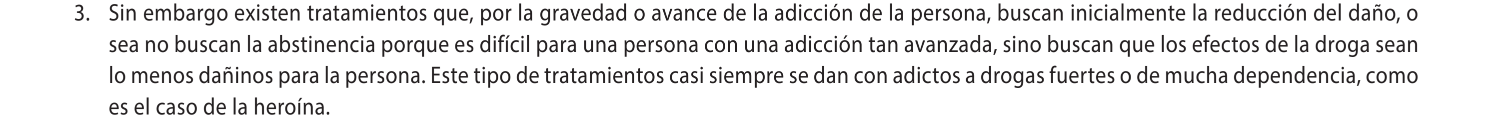

- Constitución Política de Guatemala (Art. 2: Capitulo. II).


- Ley Contra la Narcoactividad, Decreto No. 48-92.


- Ley de Educación Nacional, Decreto 12-91


- Ley de Protección al menor en Situación de Riesgo de Drogadicción, Decreto No. 26-96.


- Código de Salud, Decreto No. 90-97.



3. Sin embargo existen tratamientos que, por la gravedad o avance de la adicción de la persona, buscan inicialmente la reducción del daño, o sea no buscan la abstinencia porque es difícil para una persona con una adicción tan avanzada, sino buscan que los efectos de la droga sean lo menos dañinos para la persona. Este tipo de tratamientos casi siempre se dan con adictos a drogas fuertes o de mucha dependencia, como es el caso de la heroína.



De igual manera se apoya en convenios y convenciones internacionales firmadas por Guatemala para tratar las adicciones y el tráfico de drogas, entre estas tenemos:

- Convención de las Naciones Unidas sobre sustancias psicotrópicas, 1971.
- Convenio Marco del control del tabaco de la Organización Mundial de la Salud.
- Convenio constitutivo de la Comisión Centroamericana Permanente para la erradicación de la producción, tráfico, consumo y uso ilícito de estupefacientes y sustancias psicotrópicas suscrito entre las repúblicas de Guatemala, El Salvador, Honduras, Nicaragua y Panamá en 1993.

La política reconoce que las adicciones son un problema grave para la población guatemalteca. Según la Primera Encuesta de Hogares sobre Salud, Consumo de Alcohol, Tabaco y otras Sustancias Adictivas, la principal droga de consumo es el alcohol seguido del tabaco. De igual manera la Encuesta nos dice que el consumo de drogas se da mayormente en los hombres, principalmente en edades comprendidas entre los 19 y 25 años.

Los ejes que componen la Política son:

- Económico Social
- Reducción de la oferta, o sea la droga que existe o se vende.
- Reducción de la demanda, o sea lo que la gente pide o busca.
- Fortalecimiento jurídico e institucional.
- Comunicación.

Para terminar basta decir que la política es aún una herramienta que intenta orientar el trabajo del gobierno apoyándose en diferentes ministerios, instituciones para prevenir y combatir las adicciones. Ahora bien, creemos que las acciones que propone no tocan problemáticas como la pobreza, la exclusión de servicios de educación y salud, fuentes de trabajo para muchas personas adictas.

Así también se enfoca en la problemática del tráfico de drogas ilícitas, que no está mal, sin embargo las drogas que mayor impacto tienen en la sociedad son legales, como el caso del alcohol.





Veamos entonces como poner en práctica lo aprendido sobre las adicciones, a través de los siguientes ejercicios:

Ejercicio: reflexión grupal.

1. ¿En su comunidad cuáles son las drogas de mayor consumo?
2. ¿Existen personas adictas a ciertas drogas, cómo se ha dado el proceso de adicción en ellos/as?
3. ¿Qué efectos individuales, comunitarios y sociales tienen las adicciones?
4. ¿Qué factores o aspecto hay que tomar en cuenta para entender el problema de las adicciones?
5. ¿Cómo podemos prevenir las adicciones?
6. ¿Qué hay que tomar en cuenta para iniciar un tratamiento para las adicciones?
7. ¿Qué pasos son necesarios poner en práctica para realizar un tratamiento para las adicciones?



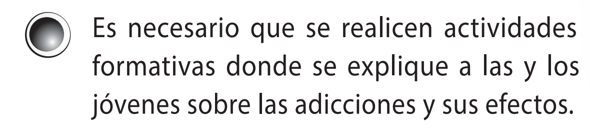
Vamos a la acción

¿Qué podemos hacer para poner en práctica nuestros conocimientos y lograr las acciones de prevención de las adicciones?

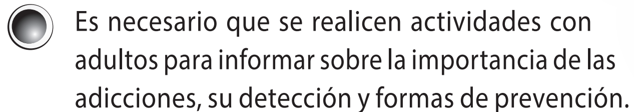
Tomando en cuenta lo anterior proponemos algunas acciones, es necesario que ustedes propongan otras.



Acciones formativas:



- Es necesario que se realicen actividades formativas donde se explique a las y los jóvenes sobre las adicciones y sus efectos.



- Es necesario que se realicen actividades con adultos para informar sobre la importancia de las adicciones, su detección y formas de prevención.



- Trabajar con las maestras y maestros sobre la temática de las adicciones.

Acciones organizativas:

- Fortalecer el trabajo de liderezas y líderes para la prevención de las adicciones.
- Apoyar la formación o el fortalecimiento de grupos de jóvenes para que estos también promuevan acciones de prevención contra las adicciones.
- Realizar trabajo conjunto con organizaciones locales u ONG para el trabajo de prevención y tratamiento si se da el caso.
- Realizar reuniones con el Centro de Salud, Alcaldes, Líderes, etc., para la realización de acciones de sensibilización y prevención.

Acciones de comunicación e incidencia:

- Lograr acuerdos en la comunidad para la prevención de las adicciones.
- Crear un plan para sensibilizar a la comunidad en cuanto al consumo de alcohol y su relación con problemas sociales, económicos, culturales, etc.
- Realizar campañas informativas por medio de la radio comunitaria o altavoces sobre las adicciones.

Acciones familiares:

- Escuchar a las hijas e hijos en cuanto a los problemas que les preocupan (como su futuro), orientarlos dándoles mucha comprensión, afecto.

  Si las madres y padres no jugamos ese papel, la o el joven buscarán fuera de la casa quien los escuche y tal vez no va a ser la persona mas idónea.

- Si identificamos que algún familiar está teniendo contacto con drogas, acerquémonos más, investiguemos que razones tiene para estar haciendo eso y apoyarlo.
- Recordar que los primeros contactos con las drogas se hacen por curiosidad, el problema no se resuelve pegando o sacando de la casa a la persona, de esa forma solo se agravará la situación.
- De manera respetuosa enterarse sobre las actividades que desarrollan sus hijas e hijos, ¿a donde van? ¿a qué van? ¿con quienes van? Con la finalidad de dar un consejo, alertar, prevenir que tomen un mal camino.
- Observar cambios en la conducta (forma de ser) de la o el joven, que ahora hace cosas raras que antes no hacía, indagar el por qué de los cambios?
- Toda adicción cambiará hábitos y conductas por lo general las personas que consumen algún tipo de droga van a manifestar cambios en su forma de ser.
- Si identificamos que alguna persona está en contacto con drogas es recomendable buscar ayuda profesional, en la medida que dejamos pasar el tiempo la situación se va a poner peor.

Alterándolo: viene de alteración o cambiar algo de un estado a otro.

Alucinógeno: algo que produce alucinaciones.

Alucinación: una imagen, sonidos, hechos, que sentimos pero que en la realidad no existe.

Ciencias de la salud: son aquellas ciencias o disciplinas como la medicina, psiquiatría y la psicología que se encargan del cuidado de la salud de las personas.

Conducta: es la forma en que nos comportamos ante cualquier situación, esta conducta es moldeada desde nuestra niñez, incorpora los valores, la actitud, pensamientos y sentimientos sobre nuestra vida.

Consumo: se refiere a comprar, tomar, acabar o hacer uso de las cosas, sean bebidas, comidas, servicios, etc.

Dependencia física: cuando el cuerpo necesita de algo para seguir funcionando. Cuando se trata de una droga, el cuerpo ha consumido dicha droga y necesita de ella cada vez más, cuando no la puede consumir empiezan a darse reacciones en el cuerpo y el adicto se siente mal.

Dependencia psíquica: al igual que la dependencia física, esta se da cuando se ha consumido alguna droga y cuando ésta no está presente se dan reacciones emocionales, pensamientos, ideas que giran entorno solo a conseguir la droga, esto hace que se dejen de lado las actividades diarias, las responsabilidades, etc.

Estupefacientes: droga que causa la pérdida de sensaciones. Como la pérdida a sentir dolor.

Fármacos: son los que conocemos como medicinas y son utilizadas para curar, sea por médicos o psiquiatras.

Hábito: costumbre de hacer o decir algo.

Ilícito: ilegal, algo que no es permitido por la ley.

Integral: algo que incluye varias partes de un todo. Dicho de otra manera, una visión integral sobre un problema es aquella que para entender dicho problema toma en cuenta todas las partes posibles que lo componen.

Latín: se refiere a una lengua que hablan los antiguos romanos, de ella se derivan o vienen muchas de las palabras en español, de ahí que cuando se dice que una palabra viene del latín nos estamos refiriendo a su significado original.

Mercado negro: es el intercambio de compra y venta de productos ilegales o no permitidos.

Narcótico: sustancia que al consumirla causa entorpecimiento, atontamiento en la persona.

Privación: no permitir, despojar a una personas de algo, no dejarle tomar, beber, fumar, usar, etc., algo.

Psicofísico: es la mezcla entre aspectos del cuerpo y la cabeza, pensamiento y sentimientos. Un problema psicofísico tiene que ver con todos esos aspecto.

Psiquiatría: se encarga del estudio de los problemas de la mente, se caracteriza por solucionar dichos problema dando medicinas a las personas.

Ritual: son la serie de pasos que se realizan en las distintas actividades religiosas, ceremoniales, etc., de toda cultura.

Síntomas: son las señales o cosas que se siente en el cuerpo producto de una enfermedad o un cambio.

Sistema Nervioso Central: son todos los órganos, como el cerebro, que participan en el funcionamiento del cuerpo. Tiene a su cargo llevar información del cerebro a través de los nervios o sistema nervioso hasta las partes más importantes del cuerpo.

Sustancia: es el elemento (sólido o líquido) más puro, en este caso, de las drogas. Se refiere al elemento que reúne lo más concentrado de la droga, que recordemos, no es mala sino producto de la naturaleza.

Tolerancia: soportar algo o a alguien.

Terapeuta: la persona encargada de llevar a cabo la terapia, o sea aquellos pasos necesarios para que la persona se cure.

Directorio

Algunas organizaciones que trabajan para prevenir, tratar y rehabilitar a personas con problemas de adicción:

1. Narcóticos Anónimos región Guatemala. Tels: 2230 0900, 2232 6297. Correo electrónico: info@naguatemala.org
2. Patronato Antialcohólico de Guatemala. Av. Petapa 23 C, 18-08 Z.12. Guatemala. Tels: 2476 2166, 2476 2167
3. Alcohólicos Anónimos de Guatemala. Ciudad de Guatemala, Centro América. Teléfonos: (502) 2254 1808 Telefax: 2254 6565
4. Centro de Rehabilitación y Prevención de Drogas y Alcohol "El Buen Pastor". Finca Los Frutales, Lote # 12, Carretera antigua a Mixco. San Lucas Sacatepéquez. Tels: 7830 4826 / 4267 2397
5. Fundación REMAR. Calzada Atanasio Azul 23-41 Zona 12, Ciudad de Guatemala. Tels. 24290400, 52057823. remar@infovia.com.gt

Bibliografía

- CCATID. Política Nacional Contra las Adicciones y el Tráfico Ilícito de Drogas. SECCATID. Guatemala. 2009.
- Diccionario de la real academia española Vigésima segunda edición http://www.rae.es/rae.html
- Instituto para el estudio de las adicciones http://www.lasdrogas.info/index.php?op=Sustancias
- Narcóticos Anónimos. Quién, qué, cómo y por qué. En Internet: http://www.naguatemala.org/literatura.html
- Oblitas Guadalupe, Luís Armando. Adicciones y salud. Revista electrónica psologíacientifica. com. 2002.
- Sáliche, Sergio. Prevención en Adicciones. Buenos Aires, Argentina.
- Salinas, Nelson. "Drogodependencias". UCA, San Salvador, 2007.
- SECCATID, INE. Primera Encuesta Nacional en Hogares sobre Salud, Consumo de Alcohol, Tabaco y Otras Sustancias Adictivas. SECCATID. Guatemala. 2007.



Institución Responsable:
Asociación Coordinadora Comunitaria de Servicios para la Salud A.C.C.S.S.

1 Avenida "A" 4-12 Zona 1
Quintas El Paraíso San Lucas Sacatepéquez
Sacatepéquez Guatemala C.A.
Telefax (502) 78303533

Sitio Web: www.accssgt.org
www.youtube.com/user/ACCSSGUATEMALA
www.facebook.com/pages/ACCSS/225482707467229

Correos Electrónicos:
hdeleon@accssgt.org
hde_leon@yahoo.com.mx

Agencias de Cooperación:

Medico International

Ministerio Federal de Cooperación Económica y Desarrollo (BMZ) de Alemania

Acompañamiento al proceso global:
Ps. Humberto de León Gómez

Fotografías:
Portada:
Comunidad Antiguo Secapur/Fray Bartolomé de las Casas

Contraportada:
Banda IMEBCI/Ixcán
Brigadista de salud/Comunidad Champeguano/Fray Bartolomé de las Casas
Bailadores La Libertad/Cobán

Diseño de contenidos:
Emanuel Bran Guzmán
Psicólogo

Diagramación inicial e ilustraciones:
Bryan Castro

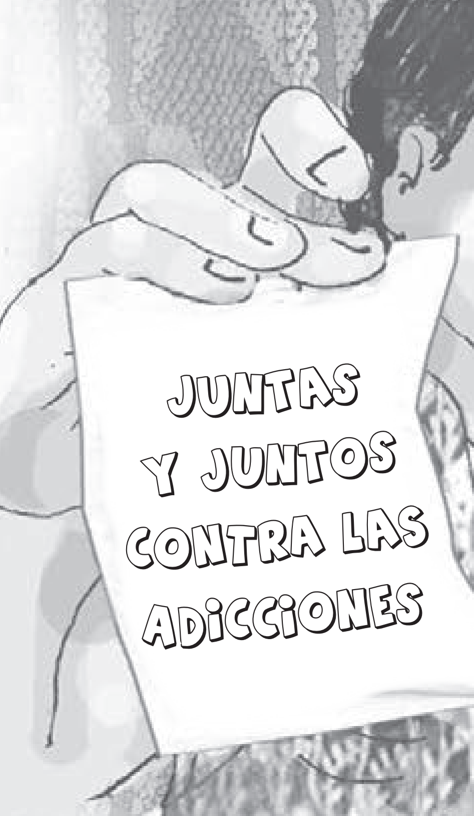
Diagramación final e imprenta:
Editorial Maya' Wuj

Fecha de Publicación:
Julio de 2009

Reimpresión:
Marzo de 2014

Tiraje:
4500 ejemplares





Las Adicciones



